

Guerre des «psys»

Article paru en 2006
dans "Psychoscope",
Vol. 27, numéro 1

Que faut-il en retenir ?

Deux Docteurs en psychologie de l'Université de Lausanne, Valentino Pomini et Grégoire Zimmermann, parlent du débat animé qui secoue le milieu de la psychothérapie en France. Ils soulèvent des questions qui concernent la situation en Suisse et qui touchent de nombreux spécialistes.

Nul doute que la psychothérapie a connu ces derniers mois chez nos collègues français un débat pour le moins houleux entre psychanalystes et thérapeutes cognitivo-comportementalistes, nous rappelant un conflit qu'on croyait oublié et enterré, ou du moins apaisé sinon anachronique. Il faut dire que la diatribe anti-TCC que l'ex-ministre des Solidarités, de la Santé et de la Famille lançait

publiquement le 5 février 2005 lors du Forum des psys, promettant aux psychanalystes qu'ils n'entendraient plus parler du rapport INSERM, avait de quoi échauffer les esprits, sans parler du retrait de ce rapport du site du ministère de la santé, retrait vécu par les associations TCC comme le signe d'un mépris et d'un discrédit graves et sans précédent à l'égard des chercheurs français et internationaux, mais surtout à l'égard des usagers et des professionnels. Il y avait en effet de quoi choquer

et effrayer: on se voyait soudainement projeté dans une scène digne des meilleures dictatures, où il fallait «brûler» un livre scientifique devenu une véritable menace pour la sécurité nationale.

La polémique

La «querelle» était lancée: lettres ouvertes de protestation, demandes d'explications en provenance de France et d'Europe, citations lacaniennes, anti-lacaniennes, retour du chien de Pavlov, des cobayes et d'Orange mécanique sur le devant de la scène, commentaires dans le Monde, petits dessins caustiques dans Charlie Hebdo... Même la prestigieuse revue *Science* se fendait d'un petit article au titre éloquent (*French Psychoflap*); *Science* débutait sa notice en disant que la psychanalyse freudienne était loin d'être un courant majeur dans la santé mentale moderne, mais qu'elle restait bien vivante et en bonne santé en France.

Aujourd'hui, alors que la hache de guerre semblait à nouveau enterrée, la parution récente du «Livre noir de la psychanalyse» ravive des braises encore fumantes. Pourtant, en mars 2005, Chabrol et Leichsenring, deux psychanalystes, ont publié dans les *Annales Médico-Psychologiques* un texte pacificateur, «L'évaluation des psychothérapies, un devoir éthique et scientifique, une chance pour la psychanalyse».

Comme le disent ces auteurs, il est vrai que le rapport de l'INSERM peut être mal compris et donner l'impression d'un parti pris en faveur des TCC, mais il est du devoir de la psychanalyse «de relever le défi de l'évaluation de ses pratiques» (p. 206). Les deux auteurs estiment qu'il est temps en France de suivre l'exemple de l'Europe du Nord et des USA en conciliant innovation et rigueur scientifique pour proposer des recherches évaluatives de qualité, dans un souci de transparence et d'éthique. Si le rapport INSERM montre que l'approche psychanalytique souffre aujourd'hui d'avoir toujours résisté à la démarche évaluative, en conclure que la psychanalyse est inutile et inefficace refléterait une forme de raccourci de la

pensée. En somme, on a pu estimer que l'absence de preuves équivalait à la preuve de l'absence.

Aussi une question économique

Mais finalement, que faut-il retenir de tout ça ? Sommes-nous face à une curiosité culturelle franco-française, ou assistons-nous à une dérive plus sourde qui pourrait mettre à mal la psychothérapie, et surtout sa crédibilité face au grand public ou aux autorités ? En découvrant cette réalité française, nous ne pouvons pas nous empêcher de penser que nous ne sommes peut-être pas non plus à l'abri de tels événements. Les menaces de Pascal Couchepin l'été dernier, sans doute associées à un lobby des assureurs, voire à des rapports troubles entre le pouvoir et les assurances maladie, nous rappellent que, chez nous aussi, le statut de la psychothérapie reste malgré tout précaire. Quand il s'agira de trancher encore plus dans les dépenses de la santé, il n'est pas exclu que la santé mentale en subisse la première les conséquences. On peut se demander alors comment les psychothérapeutes de notre pays réagiront quand les Autorités annonceront que leurs prestations ne seront plus remboursées, ou surtout quand telle ou telle approche ne sera plus admise. La santé et la maladie sont un véritable marché où les lois d'une économie libérale pourraient s'appliquer avec les conséquences que l'on peut bien imaginer: la guerre «économique» entre courants psychothérapeutiques.

Apport de la science

Les spécialistes scientifiques ont beau répéter que l'ère de l'évaluation des psychothérapies est révolue, que l'on sait que la psychothérapie au sens général du terme est plus efficace que l'absence de soins ou d'intervention, il n'est pas sûr que ce message ait été bien entendu. De plus, l'étude évaluative de la psychothérapie a encore de larges champs à découvrir. Ainsi on connaît finalement peu de l'efficacité différentielle de la psychothérapie et des questions d'indication que cela pose. En somme, bien malin qui pour-

Bibliographie

- Chabrol, H., & Leichsenring, F. (2005). L'évaluation des psychothérapies, un devoir éthique et scientifique, une chance pour la psychanalyse. *Annales Médico-Psychologiques*, 163, 206-207.
- Holden, C. (Ed.) (2005). *French Psychoflap*. *Science*, 307, 1197.
- Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (2005). *Psychothérapie, trois approches évaluées*. Paris: INSERM.
- Meyer, C., Borch-Jacobsen, M., Cottraux, J., Pleux, D., & Van Rillaer, J. (2005). *Le Livre noir de la psychanalyse. Vivre, penser et aller mieux sans Freud*. Paris: Les Editions des Arènes.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate. Models, Methods and Findings*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Photo: Nicolas Repond



rait affirmer que telle psychothérapie est valable pour tel patient. Nous ne sommes même pas vraiment certains qu'il est judicieux de poser la question dans ce sens, ou de poser tout simplement cette question-là. La compréhension des facteurs concourant à l'efficacité ou à l'échec de la psychothérapie pourrait amener des révolutions majeures dans la pensée d'école: les courants éclectiques, intégratifs, ont d'ailleurs déjà plus ou moins emprunté cette voie. Les approches psychothérapeutiques spécifiques sont-elles alors condamnées à disparaître à plus ou moins long terme?

S'ouvrir aux questions de recherche en psychothérapie a de quoi parfois donner le vertige. Cela a le mérite en tous cas de nous obliger à nous questionner avec rigueur, fermeté, et à nous frotter aux contraintes de la méthodologie. C'est ce que nous faisons à l'Institut Universitaire de Psychothérapie du Département de Psychiatrie de l'Université de Lausanne. En offrant d'octobre 2004 à juin 2005 dernier un séminaire d'études sur l'efficacité de la psychothérapie, notre Institut a permis à nombre de cliniciens et de chercheurs de toutes les approches de se confronter au vaste et imposant domaine de la recherche scientifique en psychothérapie. Comme toujours avec la science, quelques réponses, beaucoup d'interrogations, et une vision tout à coup moins idéalisée de ce qu'elle est capable aujourd'hui d'offrir dans ce débat sur les psychothérapies. Tout le monde a-t-il gagné et mérite-t-il un prix, comme l'affirme l'oiseau Dodo d'Alice au pays des merveilles, et certains cher-

cheurs dans le domaine (Wampold, 2001)? Les TCC ont-elles vraiment toujours proposé des études valables pour défendre leur efficacité? Le débat comparatif entre approches est-il vraiment nécessaire?

Conclusions provisoires

Il est évident que la défense de la psychothérapie doit passer par la recherche scientifique, mais il est tout aussi évident que cette démarche ne sera pas suffisante. La psychothérapie sera plus crédible en voulant clairement sortir le débat des ornières idéologiques dans lesquelles il pourrait s'enfoncer. Il s'agit peut-être d'adopter une position sage et raisonnable: montrer à la fois que nous avons conscience de la nécessité de mieux connaître notre travail et son résultat, que nous souhaitons four-

nir des données fiables, et enfin que nous avons le recul méthodologique nécessaire pour critiquer et aider la science à nous faire progresser dans cette délicate question. Mais il faudra aussi de sérieux appuis politiques quand il s'agira de compter les billets. On sait que la pauvreté et les conditions socio-économiques défavorables sont le berceau dans nos cités de nombreuses pathologies psychiatriques. Retirer les moyens financiers ne fera qu'augmenter les troubles: l'idée selon laquelle l'absence d'offre de soins diminuera la fréquence des maladies est assurément une erreur grossière. A moins que les politiciens souhaitent d'une façon ou d'une autre emboîter le pas d'autres pays où la psychothérapie, finalement, n'est qu'un traitement de luxe pour gens qui en ont les moyens.

Les auteurs

Valentino Pomini est Docteur en Psychologie et responsable de l'Unité d'Enseignement en Thérapies Cognitivo-comportementales (UETC) à l'Institut Universitaire de Psychothérapie du Département de Psychiatrie-CHUV de l'Université de Lausanne. Grégoire Zimmermann est Docteur en Psychologie et responsable de l'Unité de Recherche en Thérapies Cognitivo-comportementales (URTC) à l'Institut Universitaire de Psychothérapie du Département de Psychiatrie-CHUV de l'Université de Lausanne. Il est également maître-assistant au Département de Psychologie de l'Université de Fribourg.

Adresses

Valentino Pomini, Institut Universitaire de Psychothérapie, Site de Cery, Les Cèdres, 1008 Prilly
Valentino.Pomini@chuv.ch

Grégoire Zimmermann, Institut Universitaire de Psychothérapie, Site de Cery, Les Cèdres, 1008 Prilly
Gregoire.Zimmermann@chuv.ch